



Übersicht Kurse November

Montag:

17.45 - 19.00 Uhr - FlowYoga Beginner

19.15 - 20.30 Uhr - Hatha Yoga Präventionskurs 5/22

Dienstag:

17.30 - 18.45 Uhr - Pilates Flow

19.00 - 20.00 Uhr - Orthopädisches FlowYoga

Mittwoch:

17.30 - 18.45 Uhr - FlowYoga Beginner/Medium

19.00 - 20.15 Uhr - Rücken FlowYoga

Donnerstag:

17.00 - 18.15 Uhr - Hatha Yoga Präventionskurs 6/22

18.30 - 19.45 Uhr - FlowYoga Medium +

Freitag:

07.00 - 08.00 Uhr - Morning FlowYoga

16.15 - 17.15 Uhr - Pilates Flow

Sonntag:

10.00 - 11.00 Uhr - Bauch Beine Po

11.15 - 12.15 Uhr - FlowYoga for all